Ministeru għall-Agrikoltura, Sajd u Drittijiet tal-Annimali

Ministry for Agriculture, Fisheries and Animal Rights

MALTA

Direttorat tal-Agrikoltura

Agricultural Directorate

Konsultazzjoni pubblika għall-applikazzjonijiet tal-prodotti sottomessi sabiex jiġu inklużi fir-Reġistru Nazzjonali ta' Prodotti Agri-Alimentari Tradizzjonali ta' Malta.

ĊENTRU NAZZJONALI TAR-RIĊERKA U L-IŻVILUPP, GĦAMMIERI, MARSA, MALTA
TELEPHONE: 2292 4559

1. Soppa tal-armla

Sinonimi: Toqlija tal-ġbejniet

Inħawi: Żebbuġ, Malta

Perjodu ta' produzzjoni: Tul is-sena kollha

Informazzjoni fuq il-metodu ta' preparazzjoni: Is-soppa tal-armla issir billi l-ewwel jitqalla l-basal sakemm jiħmar ftit. Wara jitħallat flimkien mat-tadam, it-tursin u il-kunserva u jiġu mgħerrqa fl-ilma. Ladarba jisħon l-ilma jiġu miżjuda wkoll il-ġbejniet friski tan-nagħaġ, ftit bżar, melħ u ħxejjex oħra fosthom il-patata, il-pastard jew il-qarabagħli jew il-ful aħdar imfesdaq jiddepenedi f'liema staġun se ssir din ir-riċetta. Il-borma titħalla tagħli fuq nar medju għal madwar sagħtejn u ladarba l-ħaxix ikun sar jiġu miżjuda l-bajd u ftit għaġin, normalment spagetti irqieq jew fdewwex.

Varjant 1: Magħrufha bħala toqlija fuq ftiet, jista' jiġi miżjud it-tewm flimkien mal-basal iżda ma jintużawx il-pastard u l-għaġin. Qabel jinqaleb l-ikel fil-platt jitqiegħed il-ħobż jew il-gallett u wara tinqaleb it-toqlija fuqu.

Varjant 2: Magħrufha bħala stuffat tal-bajd u ġbejniiet, l-ingredjenti jintefgħu saff saff u qatt ma jitħawdu. Fis-saff t'isfel jintefa' l-basal u t-tewn. Fuqhom jiġu miżjuda t-tadam, il-pastard, il-patata, il-ġbejniet friski tan-nagħaġ u fil-wiċċ jitqatta' ftit tursin. Il-borma timtela' bl-ilma kemm jgħerqu l-ingredjenti u wara jiġu miżjuda ftit kunserva, bżar, melħ u kannella. Ladarba l-ħxejjex isiru jiġu miżjuda l-bajd fil-wiċċ.

2. Kawlata

Inħawi: Żebbuġ, Malta

Perjodu ta' produzzjoni: Tul is-sena kollha

Informazzjoni fuq il-metodu ta' preparazzjoni: Il-Kawlata ssir billi tgħerreq il-ħaxix fl-ilma fosthom il-qarabagħli, il-kaboċċi, il-ġidra, il-qara aħmar, il-qara abjad, il-qara twil fis-sajf, it-tadam u l-karfus. Jiġi miżjud ukoll ftit kunserva, bżar, melħ u laħam li jista' jkun majjal taż-żaqq, xikel, ilsna tal-majjal jew bacon. Il-borma titħalla fuq nar medju għal madwar sagħtejn u x'ħin tkun ħa ssir jintefa' x-xgħir. Dan il-platt jista' jiġi miżmum fil-friġġ sa massimu ta' jumejn.

Varjant: Magħrufha bħala Kawlata bil-ful imgiddem, din issir bħal kawlata iżda f'din ir-riċetta jintuża biss ħaxix minflok il-laħam. Jiġu miżjuda ukoll il-ful niexef, il-piżelli, il-weraq tar-rand u x-xgħir.

3. Stuffat tal-bebbux

Inħawi: Żurrieq

Perjodu ta' produzzjoni: Fil-ħarifa u x-xitwa

Informazzjoni fuq il-metodu ta' preparazzjoni: L-istuffat tal-bebbux isir billi l-ewwel jinħasel il-bebbux sew u jitfawwar. Ġo borma jitqalla l-basal fi ftit żejt u kunserva. Wara jiġu miżjuda l-bebbux imfawwar, il-karrotti, il-patata, iż-żebbuġ, żewġ werqiet tar-rand, il-ħwawar fosthom merqtux, ħabaq u nagħnieġħ u ftit kannella u bżar. Dawn l-ingredjenti kollha jiġu mgħerrqa fl-ilma u jitħallew fuq in-nar itektku sakemm isiru. L-istuffat tal-bebbux jiġi servut mal-ħobż.

4. Girgentina

Inħawi: Fiż-żona tat-Tramuntana u l-Punent ta' Malta

Perjodu ta' produzzjoni: Settembru

Deskrizzjoni tal-prodott: L-għenba għanda forma tonda, kbira, u kulur ħadrani ċar fl-isfar. Il-piż medju tal-għenba hu ta' 2.73 grammi. Iż-żerriegħa hi ta' daqs medju u tinsab f'medja ta' 2 għal kull għenba. L-għanqud hu kbir u b'piż medju ta' 400 gramma u mhux kumpatt. B'maturazzjoni tajba, l-għenba tkun b'togħma ħelwa u kulur trasparenti li kważi tara ż-żerriegħa. Meta l-għeneb ikun espost għax-xemx, il-livell taz-zokkor jogħla konsiderevolment u l-għeneb ġieli jieħu kulur anka ftit fir-roża.

Proċess produttiv: Il-varjetà Girgentina għandha vigorija għolja u fażi fenoloġika ta' rimi ġdid u fjoritura ta' epoka medja. Il-maturazzjoni tal-frott isseħħ normalment għal Settembru, però l-għeneb li jkun ħieles mill-mard, normalment ikun jiflaħ jibqa' iktar fuq id-dielja, xi kultant anka sa nofs Ottubru. Il-perjodu tal-qtugħ tal-frott għalhekk ivarja skont jekk l-għeneb imurx għal konsum frisk, fejn ġeneralment jibda jinqata' anke qabel jew għal inbid fejn ġieli jitħalla iktar.

Il-metodu ta' tkabbir dari kien biss bħala arbuxell baxx, mingħajr sostenn u mingħajr tisqija. Illum apparti hekk, il-Girgentina titkabbar anke fuq sistema ta' spalliera, miżbura b'sistemi iktar kompatibbli ma' vitikoltura li tista' tkun parzjalment mekkanizzata u msoqqija. Iż-żabra ssir fix-xitwa, normalment fix-xhur ta' Jannar u Frar fejn jitneħħew iz-zkuk tas-sena preċedenti u jitħallew żraġen u dwiefer ġodda għall-istaġun li jmiss. Fl-aħħar tar-rebbiegħa u l-bidu tas-sajf ssir l-irmundatura (żabra) ta' rimi aħdar u weraq mhux mixtieq. Il-kura kontra l-mard fix-xhur tas-sajf hi kemmxejn inqas intensiva meta mqabbla ma' varjetatjiet li mhumiex indiġeni.

5. Ġellewża

Inħawi: Fiż-żona tat-Tramuntana u l-Punent ta' Malta

Perjodu ta' produzzjoni: Settembru

Deskrizzjoni tal-prodott: L-għenba għanda forma tonda, ta' daqs kbir, b'qoxra ta' kulur iswed fil-blu u polpa ta' lewn ħadrani ċar. Iż-żerriegħa hi ta' daqs medju u jinstabu minn 1 sa 2 għal kull għenba. L-għanqud hu mdaqqas-kbir, b'piż medju ta' 288 gramma u mhux kumpatt. B'maturazzjoni tajba, l-għenba tkun b'togħma ħelwa, immerqa u b'kulur tal-qoxra skur u intens.

Proċess produttiv: Il-varjeta Ġellewża għandha vigorija medja-għolja u fażi fenoloġika ta' rimi ġdid u fjoritura ta' epoka medja. Il-maturazzjoni tal-frott sseħħ normalment f'Settembru, però l-għeneb li jkun ħieles mill-mard, normalment ikun jiflaħ jibqa iktar fuq id-dielja. Il-perjodu tal-qtugħ tal-frott għalhekk ivarja skond l-għeneb imurx għall-konsum frisk, fejn ġeneralment jibda jinqata' anke qabel jew għall-inbid fejn ġieli jitħalla iktar.

Il-metodu ta' tkabbir dari kien biss bħala arbuxell baxx, mingħajr sostenn u mingħajr tisqijja. Illum apparti hekk, il-Ġellewża titkabbar anke fuq sistema ta'spalliera, miżbura b'sistemi iktar kompatibbli ma' vitikoltura li tista' tkun parzjalment mekkanizzata u msoqqija. Iż-żabra ssir fix-xitwa, normalment fix-xhur ta' Jannar u Frar fejn jitneħħew iz-zkuk tas-sena preċedenti u jitħallew żraġen u dwiefer ġodda għall-istaġun li jmiss. Fl-aħħar tar-rebbiegħa u l-bidu tas-sajf issir l-irmundatura (żabra) ta'rimi aħdar u weraq mhux mixtieq. Il-kura kontra l-mard fix-xhur tas-sajf hi kemmxejn inqas intensiva meta mqabbla ma' varjetajiet li mhumiex indiġeni.

6. Bigilla

Inħawi: Siġġiewi

Perjodu ta' produzzjoni: Tul is-sena kollha

Informazzjoni fuq il-metodu ta' preparazzjoni: Il-bigilla ssir billi l-ewwel jitħalla l-ful ta' ġirba niexef mgħerreq fl-ilma għal madwar disa' sigħat. Wara jiġu mgħollija sakemm jirtabu. Hekk kif il-ful jirtab dawn jiġu mħallta u mgħaffġa mat-tursin, tewm u żejt taż-żebbuġa.

Varjant: Jista' jiġi miżjud ukoll ftit felfel.

7. Aljotta

Inħawi: Żurrieq

Perjodu ta' produzzjoni: Bejn Awwissu u Diċembru

Informazzjoni fuq il-metodu ta' preparazzjoni: L-aljotta ssir billi l-ewwel jitqalla l-basal u tewm fiż-żejt. Wara jiġu miżjuda t-tadam, patata, ftit kunserva, werqa rand, felli lumija u xi ħwawar fosthom in-nagħniegħ, ħabaq u merqtux. Dawn l-ingredjenti kollha jiġu mgħerrqa fl-ilma u jitħallew fuq in-nar sakemm isiru. Hekk kif isiru, jiġu miżjuda l-ħut li jistgħu jkunu biċċiet jew irjus tal-lampuki, vopi, ċawl, jiddependi f'liema perjodu tkun ser issir u jitħallew fuq in-nar sakemm isiru. Ġo borma separata jitgħalla r-ross sabiex hekk kif isir jinqaleb kollox flimkien ġo platt.

8. Ħawħ ġol-ilma biz-zokkor

Inħawi: Żurrieq

Perjodu ta' produzzjoni: Bejn Mejju w Settembru

Informazzjoni fuq il-metodu ta' preparazzjoni: Sabiex issir il-preservazjoni tal-ħawħ b'dan il-metodu l-ħawħ titqaxxarlu l-qoxra u titneħħielu ż-żerriegħa. Il-ħawħ imqaxxar jintefgħa ġo flixkun jew vażett mimli bl-ilma biz-zokkor, jissaħħan f'banju Marija u jitħalla fuq in-nar sakemm ma jibda jagħli l-ilma ta' ġol-borma. Wara li jibda jagħli jitħalla għal kwart'oħra fuq in-nar. Il-ħawħ jiġi ppreservat fl-istess flixkun jew vażett li kien intuża għall-banju Marija u jitħalla bl-ilma biz-zokkor ukoll.

9. Tin fil-ħall

Inħawi: Żurrieq

Perjodu ta’ produzzjoni: Bejn Awwissu u Ottubru

Informazzjoni fuq il-metodu ta’ preparazzjoni: Għall-preservazjoni tat-tin b’dan il-metodu, it-tin għandu jinqata’ misjur imma jkun għadu ftit iebes u jitħalla b’biċċa żgħira taz-zokk. Dan għaliex jekk it-tin ikun artab, meta jitgħalla jispicca jinfaqa’. Il-proċess ta’ preservazzjoni jsir billi l-ewwel issir taħlita magħmula minn ħall, zokkor u ilma. Din it-taħlita titpoġġa fuq in-nar sakemm tagħli u hekk kif tibda tbaqbaq jiġi miżjud it-tin sħiħ. Dawn jitħallew fuq nar baxx għal ftit ħin sakemm ma jirtabu kemmxejn. Ladarba t-tin ikun sar, dawn jitpoġġew ġo važetti flimkien mat-taħlita tal-ħall, zokkor u ilma. Dawn jistgħu jinżammu ppreservati ġol-važetti sa tliet snin.

10. Laħam taċ-ċanga fuq il-fwar

Inħawi: Għawdex

Perjodu ta' produzzjoni: Tul is-sena kollha

Informazzjoni fuq il-metodu ta' preparazzjoni: Il-laħam taċ-ċanga jitqatta' f'biċċiet irqaq u jitpoġġa ġo platt tal-ħġieġ li jiflaħ għas-sħana flimkien mat-tewm, it-tursin u ż-żejt taż-żebbuġa. Il-platt biċ-ċanga jitpoġġa flok l-għatu tal-borma, li ġeneralment kienet tkun bil-brodu, u jitħalla fuq nar jagħli għal madwar għoxrin minuta. Il-laħam isir bil-fwar li joħroġ mill-borma.

11. Bebbux mimli

Inħawi: Għawdex

Perjodu ta' produzzjoni: Tul is-sena kollha

Informazzjoni fuq il-metodu ta' preparazzjoni: Għall-preparazzjoni ta' din ir-riċetta, l-għaġin jitgħalla għal ftit minuti u wara jittella' mill-borma u jitħalla jiksaħ. Biex jiġi preparat il-mili jintużaw il-ġbejniet friski tan-nagħaġ. Dawn jiġu mgħaffġa u jiġi miżjud ftit tursin imqatta', u ġobon maħkuk. Dawn l-ingredjenti jitħawdu sew u jiġu mimlija ġol-bebbux. Wara l-għaġin jitpoġġa ġo dixx, jiġi miksi bil-ħalib u ġobon maħkuk u jiddaħħal fil-forn f'temperatura ta' 180^{o}C għal madwar ħamsa u għoxrin minuta.

12. Għaġin il-forn

Sinonimi: Mqarrun il-forn

Inħawi: Għawdex

Perjodu ta' produzzjoni: Tul is-sena kollha

Informazzjoni fuq il-metodu ta' preparazzjoni: Iz-zalza li tintuża għall-għaġin il-forn issir billi l-ewwel jitqalla l-basal. Wara jiġi miżjud l-ikkapuljat, il-bacon u ftit kunserva. Dawn jitħallew fuq in-nar itektku sakemm ma jsiru. F'borma separata jitgħalla l-għaġin fejn wara li jsir, jitħallat maz-zalza bl-ikkapuljat, ġobon maħkuk u bajd. Dawn jinxteħtu f'dixx fil-forn f'temperatura ta' 180°C għal madwar erbgħin minuta.

Varjant: Jistgħu jintużaw il-kustilji tal-majjal moqlijin u jinxteħtu f'nofs l-għaġin fid-dixx.

13. Timpana

Inħawi: Għawdex

Perjodu ta' produzzjoni: Tul is-sena kollha

Informazzjoni fuq il-metodu ta' preparazzjoni: It-timpana hija simili ħafna tal-għaġin il-forn. L-istess inġredjenti kif ukoll metodu jintużaw sabiex issir it-timpana. Il-preparazzjoni taz-zalza ssir billi l-ewwel jitqalla l-basal. Wara jiġi miżjud l-ikkapuljat, il-bacon u ftit kunserva. Dawn jitħallew fuq in-nar itektku sakemm ma jsiru. F'borma separata jitgħalla l-għaġin fejn wara li jsir, jitħallat maz-zalza bl-ikkapuljat, ġobon maħkuk u bajd. L-unika ħaġa differenti mill-għaġin il-forn hi li kemm fil-wiċċ kif ukoll fil-qiegħ tad-dixx jitpoġġa saff għaġina. Normalment fil-wiċċ fuq l-għaġina jiġi miżjud ukoll xi ftit ġunġlien. Id-dixx jiddaħħal fil-forn f'temperatura ta' 180°C għal madwar erbgħin minuta.

14. Pulpetti tal-makku

Inħawi: Għawdex

Perjodu ta' produzzjoni: Fis-sajf

Informazzjoni fuq il-metodu ta' preparazzjoni: Il-pulpetti tal-makku jsiru billi l-ewwel jitqalla l-basal. Wara dawn jitħawdu mal-makku, patata mgħollija u mgħaffġa, lumi maħkuk u xi ħwawar. Minn din it-taħlita jinħarġu pulpetti żgħar li jiġu miksija bi dqiq li wara jiġu moqlija fiż-żej ttaż-żebbuġa. Dawn jiġu servuti biz-zalza tal-kappar.

15. Qagħaq tal-għasel

Inħawi: Nadur, Għawdex

Perjodu ta' produzzjoni: Bejn Novembru u Jannar

Informazzjoni fuq il-metodu ta' preparazzjoni: L-għaġina li tintuża għal-qagħaq tal-għasel issir minn taħlita ta' frak tal-biskutelli ġeneralment li ma jkunux inbiegħu jew inkella taħlita ta' dqiq, marġerina u bajd, minn nuħħala, smijt (semolina) u ilma. Għall-preparazzjoni tal-mili jitgħalla l-ilma u jiġu miżjuda t-treacle, iz-zokkor, it-taċċi tal-qronfol, il-kokkodina, il-kannella, il-ħwawar imħallta u l-qxur tal-klementina maħkukin. Dawn jitħalltu kollha f'daqqa u wara jiġi miżjud is-smijt u jitħalla fuq in-nar sakemm jilħqu konsistenza magħquda. La darba l-mili jkun lest u jiksaħ, l-għaġina tinfetaħ u titqatta' f'għamla ta' rettangoli fejn wara jitpoġġa l-mili fuqhom. Dawn jiġu mrembla f'għamla ta' ċrieki u jinħmew fil-forn.

16. Torta tal-qara aħmar

Inħawi: Siġġiewi

Perjodu ta' produzzjoni: Tul is-sena kollha speċjalment wara Awwissu

Informazzjoni fuq il-metodu ta' preparazzjoni: L-ingredjenti li jintużaw sabiex issir l-għaġina huma dqiq, marġerina, melħ u ilma. Id-dqiq jiġi marbul ġo skutella kbira fejn wara jitħawwad mal-marġerina, il-melħ u fl-aħħar ilma. Għall-preparazzjoni tal-mili jitgħallew il-qara aħmar u l-basal. Jiġi miżjud ukoll ftit bżar, melħ u xi ħwawar oħra fosthom il-kannella. Dawn jitħallew fuq in-nar sakemm isiru fejn wara li jsiru dawn jiġu mgħaffġa flimkien. Ġo borma oħra jitgħalla r-ross għal ftit minuti iżda ma jitħalliex isir. Dan jittella' mill-ilma u jiġi miżjud u mħallat flimkien mat-taħlita tal-qara aħmar, tonn, żebbuġ iswed u żejt taż-żebbuġa. Hekk kif it-taħlita tal-qara aħmar tiksaħ, nofs l-għaġina tinfetaħ ġo dixx, jitpoġġa l-mili u wara titpoġġa l-kumplament tal-għaġina fuqu. Din tiġi moħmija fil-forn f'temperatura moderata għal madwar erbgħin minuta sakemm il-wiċċ jieħu lewn dehbi. Din tista' tiġi servuta sħuna kif ukoll kiesħa.

17. Sidra tad-dundjan bil-patata l-forn

Inħawi: Siġġiewi

Perjodu ta' produzzjoni: Tul is-sena kollha speċjalment fi żmien il-Milied

Informazzjoni fuq il-metodu ta' preparazzjoni: Għall-preparazzjoni tad-dundjan, il-laħam taċ-ċanga jiġi kkapuljat u wara mħallat mal-*bacon*, tursin, origanu, bżar u melħ. Din it-taħlita titpoġġa fuq is-sidra tad-dundjan miftuħa. Fin-nofs jitpoġġa l-bajd iebes u karrotta. Il-bajd flimkien mat-taħlita jitremblu sabiex jifformaw romblu u tintuża bajda biex tgħaqqad. Is-sidra tad-dundjan tiddawwar mat-taħlita fejn wara tiddaħħal ġol-katusa sabiex tiddaħħal ġo xibka.

Għall-preparazzjoni tad-dixx l-ewwel jitqatta' l-basal fi flieli u jitpoġġa fil-qiegħ. Wara jiġu miżjuda l-piżelli, karrotti, tursin, is-sidra tad-dundjan, tewm, riegnu, melħ u bżar. Fil-wiċċ tiġi miżjuda l-patata bi ftit bużbież, ilma u żejt taż-żebbuġa fuqha. Dan id-dixx jinħema fil-forn f'temperatura moderata għal madwar disgħin minuta sakemm il-laħam isir u l-patata tieħu lewn ħamrani.

18. Torta tal-ġbejniet

Inħawi: Siġġiewi

Perjodu ta' produzzjoni: Tul is-sena kollha

Informazzjoni fuq il-metodu ta' preparazzjoni: L-ingredjenti li jintużaw sabiex issir l-għaġina huma dqiq, marġerina, melħ u ilma. Id-dqiq jiġi marbul ġo skutella kbira fejn wara jitħawwad mal-marġerina, melħ u fl-aħħar l-ilma. Għall-preparazzjoni tal-mili jitgħafġu l-ġbejniet friski tan-nagħaġ bi xkumatur fi skutella kbira. Wara jiġu miżjuda l-bajd imħabbat, it-tursin u ftit bżar u melħ. Parti mill-għaġina tinfetaħ ġo dixx, jitpoġġa l-mili tal-ġbejniet u wara titpoġġa l-kumplament tal-għaġina fuqu. Il-wiċċ tal-għaġina jiġi midluk bl-isfar tal-bajd u wara jitwaddab ftit ġunġlien. Din tiġi moħmija fil-forn f'temperatuta moderata għal madwar ħamsin minuta.

Varjant: Mat-taħlita jista' jiġi miżjud ukoll il-piżelli.

19. Tin taċ-ċappa

Inħawi: Mġarr, Malta

Perjodu ta' produzzjoni: Fis-sajf

Informazzjoni fuq il-metodu ta' preparazzjoni: Għall-preservazzjoni tat-tin b'dan il-metodu, it-tin jiġi maqtugħ minn nofs u jitpoġġa waħda fejn waħda ġo tilari fix-xemx. Biex jinxef dan kien jieħu madwar erba' jew ħamest ijiem. Ladarba jinxef dan jiġi ppakjat ġo kontenitur saff saff flimkien ma ftit meraq tar-rand, weraq tar-rand u żerriegħa tal-bużbież. Fil-wiċċ jitpoġġa għatu jew biċċa injama b'ġebla fuqu sabiex it-tin jikkumpata ruħu.

20. Ravjul bil-ġbejniet tan-nagħaġ

Inħawi: Mġarr, Malta

Perjodu ta’ produzzjoni: Tul is-sena kollha

Informazzjoni fuq il-metodu ta’ preparazzjoni: L-ingredjenti li jintużaw biex issir l-għaġina tar-ravjul huma dqiq, smid, bajd u ilma. Id-dqiq u s-smid jiġu marbula ġo skutella kbira fejn wara jitħawdu mal-bajd u ilma sabiex tifforma l-għaġina. Il-mili li jintuża għar-ravjul isir minn taħlita ta’ ġbejniet tan-nagħaġ friski, bajd u tursin. Sabiex isiru r-ravjul l-għaġina tinfetaħ u titqatta ċrieki ċrieki. Il-mili jitpoġġa fin-nofs taċ-ċrieki fejn wara l-għaġina tinqaleb fuq nofsha sabiex tifforma nofs ċirku. It-truf tal-għaġina jiġi magħfus b’furketta sabiex jiġi bil-pizzi u żżomm il-mili ġewwa. Dawn jistgħu jiġu msajjra kemm moqlijin kif ukoll mgħollijin. Jiġu servuti flimkien maz-zalza li hi magħmula minn tadam, tewm moqli, żejt taż-żebbuġa u ftit bżar u melħ.

21. Stuffat tal-qarnit

Inħawi: Siġġiewi

Perjodu ta' produzzjoni: Fis-sajf

Informazzjoni fuq il-metodu ta' preparazzjoni: L-istuffat tal-qarnit isir billi l-ewwel titgħalla l-qarnita fi ftit ilma fuq nar baxx. Ġo taġen jitqalla l-basal u t-tewm fiż-żejt taż-żebbuġa sakemm jieħdu lewn ħamrani. Wara dawn jitpoġġew f'kazzola flimkien mal-qarnita, tadam, patata, tursin, kunserva, żebbuġ, weraq tar-rand, nagħniegħ u ftit inbid, zokkor, bżar u melħ. Dawn jitħallew isiru fuq nar baxx għal madwar ħamsin minuta. L-istuffat tal-qarnit jiġi servut flimkien ma l-ispagetti bi ftit tursin imqatta' fil-wiċċ.

22. Basal tal-pikles

Inħawi: Żebbuġ, Malta

Perjodu ta' produzzjoni: Fis-sajf

Informazzjoni fuq il-metodu ta' preparazzjoni: Il-basal li jintuża sabiex jiġi preservat ikun kemxejn żgħir. Dan jitqaxxar u jitneħħilu ftit minn fejn ikun hemm l-għeruq. Wara l-basal jitpoġġa ġo vazetti bil-ħall u jiħalla wara xi tieqa għax-xemx ħalli jsir, li jieħu madwar tliet xhur.

23. Kappar fis-salmura

Inħawi: Żebbuġ, Malta

Perjodu ta' produzzjoni: Bejn Mejju u Ġunju

Informazzjoni fuq il-metodu ta' preparazzjoni: Ladarba jinqata' l-kappar jiġi maħsul u wara jitħalla ġo l-ilma għal tlett ijiem. L-ilma jiġi mibdul darba kuljum sabiex il-kappar jitlaqlu l-imrar. Għal preparazzjoni tas-salmura titħallat tazza melħ mill-oħxon ma' għaxar tazzi ilma. Il-kappar jitpoġġa ġo fliexken mimlija bis-salmura u jitħalla fix-xemx għal madwar ġimgħa. Dan isir u jkun tajjeb għal konsum wara xahar.

24. Żebbuġ fis-salmura

Inħawi: Żebbuġ, Malta

Perjodu ta' produzzjoni: Bejn Settembru u Novembru

Informazzjoni fuq il-metodu ta' preparazzjoni: Wara li jinħasad iż-żebbuġ dan jitpoġġa ġo skutella mimlja bl-ilma. L-ilma jiġi mibdul darbtejn kuljum għal ħamest ijiem sabiex jittaffa l-imrar. Għall-preparazzjoni tas-salmura titħallat tazza melħ mill-oħxon ma' għaxar tazzi ilma. Iż-żebbuġ jitpoġġa ġo fliexken mimlija bis-salmura u fil-wiċċ jiġi miżjud ftit żejt sabiex iż-żebbuġ tal-wiċċ ma jitħassarx. Iż-żebbuġ isir u jkun tajjeb għal konsum wara xahrejn.

25. Kappar fil-ħall

Inħawi: Żurrieq

Perjodu ta' produzzjoni: Bejn Mejju u Ġunju

Informazzjoni fuq il-metodu ta' preparazzjoni: Ladarba jinqata' l-kappar dan jiġi maħsul u wara jitħalla ġo l-ilma għal tlett ijiem. L-ilma jiġi mibdul darba kuljum sabiex it-togħma tal-kappar tittaffa mill-imrar. Wara dan jitpoġġa ġo važetti mimlija bil-ħall u jkun tajjeb għal konsum wara xahar.

26. Pastard

Inħawi: Gżejjer Maltin

Pejodu ta' produzzjoni: Bejn Settembru u Ġunju

Deskrizzjoni tal-prodott: L-irjus tal-pastard għandhom lewn bajdani fl-isfar u d-daqs jiddependi fuq il-varjetà u ż-żmien tal-ħsad. Meta wieħed jikkunsidra li aktar kemm tkun bajda il-pastarda (u aktar kompatta) din hija aktar mixtieqa fis-suq, xi bdiewa jagħżlu li jgħattu ir-ras tal-pastarda li tkun qed tikber bil-weraq tagħha stess biex tipproteġih mir-raġġi tax-xemx li jagħmlu l-pastarda aktar safra.

Il-pastard ġeneralment jinstab fis-suq bejn Settembru/Ottubru u Ġunju u jieħu madwar 2.5 u 4 xhur biex jikber fl-għalqa jiddpendi skont il-varjetà u l-istaġun li jkun qed jitkabbar fih.

27. Qaqoċċ mimli

Sinonimi: Qaqoċċ mgħolli

Inħawi: Żurrieq u Mġarr, Malta

Pejodu ta' produzzjoni: Bejn Marzu u Mejju

Informazzjoni fuq il-metodu ta' preparazzjoni: Il-qaqoċċ jintelgħa b'taħlita magħmula minn tursin, tewm u żebbuġ imqattgħin żgħar. Jiġi miżjud ukoll xi ftit żebbuġ sħiħ. Dawn jitpoġġew ġo borma flimkien ma' patata żgħira u jiġu mgħarrqa fl-ilma. Fil-wiċċ jiġi mizjud ftit żejt, ħall u bżar u melħ. Dawn jitħallew fuq in-nar sakemm isiru. Il-qaqoċċ mimli jiġi servut flimkien mal-ħobż tal-Malti bil-kunserva u tonn taż-żejt.

Varjant: Mat-taħlita tal-mili jiġi miżjud ukoll il-kappar, tonn taż-żejt jew incovi u fil-borma tintefa' l-indivja

28. Kaponata

Inħawi: Żurrieq

Perjodu ta' produzzjoni: Fis-sajf

Informazzjoni fuq il-metodu ta' preparazzjoni: Il-kaponata ssir billi l-ewwel jitqatta' l-brunġiel roti roti u jitħalla fl-ilma bil-melħ għal madwar siegħa sabiex jitlaqlu l-imrar. Ġo taġen jitqalla l-basal u tewm. Wara jiġi miżjud magħhom il-brunġiel u bżar aħdar maqtugħin u jitqallew ftit. Jinxteħet ukoll it-tadam u ftit inbid. Fl-aħħar jiġi miżjud il-basal tal-pikles, kappar u ħabaq u jitħallew itektku fuq nar baxx sakemm isiru.

29. Balbuljata

Inħawi: Żurrieq

Perjodu ta' produzzjoni: Tul is-sena kollha speċjalment fis-sajf

Informazzjoni fuq il-metodu ta' preparazzjoni: Il-kaponata ssir billi l-ewwel jitqatta' l-brunġiel roti roti u jitħalla fl-ilma bil-melħ għal madwar siegħa sabiex jitlaqlu l-imrar. Ġo taġen jitqalla l-basal u tewm. Wara jiġi miżjud magħhom il-brunġiel u bżar aħdar maqtugħin u jitqallew ftit. Jinxteħet ukoll it-tadam u ftit inbid. Fl-aħħar jiġi miżjud il-basal tal-pikles, kappar u ħabaq u jitħallew itektku fuq nar baxx sakemm isiru.

Varjant: Jista' jiġi miżjud il-'*corned beef*'

30. Fenek moqli

Inħawi: Żurrieq

Perjodu ta' produzzjoni: Tul is-sena kollha

Informazzjoni fuq il-metodu ta' preparazzjoni: Il-fenek moqli jsir billi l-ewwel jitqalla t-tewm. Wara dan jitneħħa mit-taġen u jitqalla l-fenek imqatta' f'biċċiet fiż-żejt u ftit inbid. Dan jitħalla fuq in-nar sakemm jiħmar. La jsir dan jiġi servut flimkien mat-tewm moqli u l-ħobż tal-Malti.

31. Stuffat tal-fenek

Inħawi: Żurrieq

Perjodu ta' produzzjoni: Tul is-sena kollha

Informazzjoni fuq il-metodu ta' preparazzjoni: L-istuffat tal-fenek isir billi l-ewwel jitqalla t-tewm u kemxejn il-biċċiet tal-fenek. Ġo kazzola jitqalla ftit il-basal u l-karrotti u wara jiġi miżjud l-ilma flimkien mal-kunserva jew it-tadam. La jibda jgħali jinxteħtu l-biċċiet tal-fenek, il-patata, piżelli, weraq tar-rand u l-ħwawar. L-ingredjenti kollha jiġu mgħarrqa fl-ilma u jitħallew itektku fuq nar baxx. Ladarba jerġa' jibda jgħali jiġi miżjud l-inbid. L-istuffat tal-fenek jista' jiġi servut flimkien mal-ispagetti.

32. Brodu tal-bċieċen

Inħawi: Żurrieq

Perjodu ta' produzzjoni: Tul is-sena kollha

Informazzjoni fuq il-metodu ta' preparazzjoni: Il-brodu tal-bċieċen isir billi l-ewwel jitneħħa l-intern tal-qarabagħli u wara jitħawwad mal-ġbejniet nexfin tan-nagħaġ maħkukin, bajda u basal moqli. It-taħlita tiġi mimlja ġol-qarabagħli u wara tintefa' ġo borma fonda bl-ilma flimkien mal-bċieċen, patata, basal, karotti, karfus u ftit kunserva. Dawn jitħallew fuq nar baxx għal madwar siegħa u nofs. Ladarba isiru jittella' ftit meraq tal-brodu u jitgħalla fih ftit għaġin normalment xi tarja imqatta' jew ċoffi.

33. Stuffat tal-qaqoċċ

Inħawi: Żurrieq

Perjodu ta’ produzzjoni: Bejn Marzu u Mejju

Informazzjoni fuq il-metodu ta’ preparazzjoni: L-istuffat tal-qaqoċċ isir billi l-ewwel jitqalla l-basal u l-karotti. Wara jiġu miżjuda l-qlub tal-qoqoċċ imqattgħin flieli, il-patata, żebbuġ, nagħniegħ, ħabaq, merqtux u ftit kunserva. Dawn l-ingredjenti kollha jiġu mgħarrqa fl-ilma u ftit inbid u jitħallew itektku fuq in-nar baxx sakemm isiru. Wara li jsir jiġi miżjud it-tonn taż-żejt fil-wiċċ.

34. Kunserva mmellħa

Inħawi: Mġarr, Malta

Perjodu ta' produzzjoni: Fis-sajf

Informazzjoni fuq il-metodu ta' preparazzjoni: Il-kunserva b'dan il-metodu ssir billi l-ewwel jitqatta' t-tadam u jitħalla ġo ġarra għal tlett ijiem sabiex jiffermenta. Wara jintrefa' minn ġol-ġarra, jitpoġġa ġo xibka u jintgħasar. It-tadam jitħalla fuq ix-xibka għal ftit sigħat oħra sabiex jiskula l-ilma li jkun għad fadallu u wara jiġi miżjud il-melħ. Din tinħażen ġo fliexken tal-ħġieġ u tibqa' tajba għal madwar sena.

35. Il-ħaruf

Inħawi: Gzejjer Maltin

Perjodu ta' produzzjoni: Tul is-sena kollha speċjalment għal żmien il-Għid

Deskrizzjoni tal-prodott: Illum il-ġurnata l-laħam tal-ħaruf huwa prodott sekondarju tal-industrija tal-ħalib tan-nagħaġ. Ħrief femminili jinżammu u jitrabbew għall-produzzjoni tal-ħalib u għall-produzzjoni sussegwenti ta' ġbejniet tan-nagħaġ filwaqt li l-irġiel eventwalment jinqatlu għal-laħam. Ħrief maskiliji nfatmu wara erbgħin sa sittin jum u jitrabbew fir-razzet, mgħalufa fuq konċentrat ibbażat fuq ċereali u għalf fil-forma ta' tiben u felu. Xi muntuni jinżammu għat-tgħammir iżda dawn jistgħu ukoll jiġu sostitwiti bi mtaten iżgħar wara xi żmien. Uħud mill-iktar razez komuni tan-nagħaġ imrobbija f'Malta huma l-Friżjani (Friesian), in-nagħaġ Maltin u taħlita bejn dawn it-tnejn.

In-nagħaġ jitgħammru darba jew darbtejn f'sena. Wara l-perijodu ta' tqala ta' ħames xhur, jitwieldu l-ħrief. L-iktar staġun komuni għat-tgħammir huwa Ottubru li jwassal għall-ħrief użati għall-Għid.

36. Zalzett tal-Malti

Inħawi: Gzejjer Maltin

Perjodu ta' produzzjoni: Tul is-sena kollha

Informazzjoni fuq il-metodu ta' preparazzjoni: Iz-zalzett tal-Malti isir minn biċċiet tal-majjal normalment miż-żaqq jew mill-ispalla li ġeneralment ikunu imxaħħmin li dan jagħti lewn roża liz-zalzett. Il-laħam jiġi kkapuljat u jiġu miżjuda ż-żerriegħa tal-kosbor u ħlewwa inkaljati, bżar midħun f'biċċiet żgħar u melħ. Dawn l-ingredjenti jitħalltu kollha f'daqqa u jimtlew ġol-imsaren tal-majjal li jieħdu għamla ta' zalzett twil.

Varjant: Jistgħu jiġu miżjuda ukoll it-tursin u l-klin.

37. Tadam

Inħawi: Gzejjer Maltin

Perjodu ta' produzzjoni: Tul is-sena kollha

Deskrizzjoni tal-prodott:: Biex jissodisfa s-suq għall-konsum frisk, it-tadam jista' jitkabbar fis-serer bejn Settembru u Ġunju jew f'għelieqi miftuħa, imkabbrin fuq bsaten jew mingħajr appoġġ, bejn Ġunju u Settembru. Il-varjetajiet tat-tadam użat f'dawn il-każijiet huma dawk li jipproduċu kontinwament uċuħ tar-raba' għal perjodu ta' żmien estiż, ġeneralment bejn xahrejn sa 6 xhur. It-tadam intenzjonat għall-ipproċessar jitkabbar bejn April u Lulju. Fit-tmien tal-istaġun, wara x-xtieli jinqalgħu.

Varjetajiet ta' tadam li huma imkabbra għall-konsum frisk jinkludu t-tadam fuq iz-zokk, tadam żenguli, tadam ċatt, tadam tond żgħir u tadam żenguli żgħir.

38. Minestra

Inħawi: Żurrieq u Żebbuġ, Malta

Perjodu ta' produzzjoni: Tul is-sena kollha

Informazzjoni fuq il-metodu ta' preparazzjoni: Il-Minestra ssir billi l-ewwel jitqaxxar il-ful niexef u jitgħalla fl-ilma sakemm isir. Hekk kif isir dan jiġi mgħaffeġ f'biċċiet żgħar. Ġo borma oħra jintefgħu l-basal, il-patata, il-karrotti, il-pastard, il-qarabagħli, il-qara' aħmar, abjad u twil, il-karfusa u ftit kunserva, żejt u bżar. Dawn l-ingredjenti kollha jiġu mgħerrqa fl-ilma u jitħallew fuq in-nar sakemm isiru. Hekk kif ikunu saru jiġi miżjud il-ful u ftit ilma u jitħawwad kollox. Meta jerġa' jibda jagħli jintefgħu ftit għaġin, pinen u żibeġ u jitħallew fuq in-nar sakemm ma jsiru.

Varjant: Jistgħu jiġu miżjuda ukoll l-favetta, l-għads, it-tadam, il-pastard jew il-qargħa twil jew il-ġidra jew iċ-ċentinarja jiddependi f'liema staġun se ssir din ir-riċetta u l-ġbejniet friski tan-nagħaġ. Meta jinqaleb l-ikel fil-platt jintefa' l-ġobon maħkuk fil-wiċċ.

39. Torta tal-lampuki

Inħawi: Żurrieq u Siġġiewi

Perjodu ta' produzzjoni: Bejn Awwissu u Diċembru

Informazzjoni fuq il-metodu ta' preparazzjoni: L-għaġina li tintuża għat-torta tal-lampuki ssir minn taħlita ta' dqiq, marġerina, bajd, larinġa magħsura u ilma. Il-lampuka li tintuża biex issir it-torta tista' tissajjar mal-aljotta imbagħad tintrefa' għal mat-torta jew inkella titqalla. Għall-preparazzjoni tal-mili jitgħalla l-pastard, il-karrotti u l-patata u jitħallew jissaffew. Wara jitqalla l-basal u jitħallat mal-ħaxix mgħolli, mal-biċċiet tal-lampuki, ftit kunserva, żebbuġ imqatta', ħabaq u lumija magħsura. Hekk kif it-taħlita tiksaħ, l-għaġina tinfetaħ fit-turtiera, jitpoġġa l-mili u titpoġġa l-kumplament tal-għaġina fuqu. L-għaġina ta' fuq tittaqqab bil-furketta sabiex ma tintefaħx u togħla. Din tiġi moħmija fil-forn f'temperatuta moderata għal madwar ħamsin minuta.

Varjant: Mat-taħlita jista' jiġi miżjud ukoll il-piżelli, ir-ross u iż-żbib filwaqt li l-wiċċ tal-għaġina jiġi midluk bl-isfar tal-bajd u wara jitwaddab ftit ġunġlien.

40. Tonn immellaħ

Inħawi: Għawdex

Perjodu ta' produzzjoni: Fis-sajf

Informazzjoni fuq il-metodu ta' preparazzjoni: It-tonn frisk jitqatta' f'biċċiet kbar u jitpoġġa ġo fliexken tal-ħġieġ. Wara l-vazett jimtela kollu melħ u jitħalla joqgħod għal minimu ta' tletin ġurnata.

41. Tin imqadded

Inħawi: Żebbuġ, Malta

Perjodu ta’ produzzjoni: Fis-sajf

Informazzjoni fuq il-metodu ta’ preparazzjoni: Għall-preparazzjoni tat-tin b’dan il-metodu, it-tin jiġi maqtugħ minn nofs u jitpoġġa waħda fejn waħda ġo tilari fix-xemx. Biex jitqadded dan jieħu madwar erbat jew ħamest ijiem. Ladarba jinxef dan jiħi maħżun ġo kontenituri.

42. L-irkotta

Inħawi: Żurrieq

Perjodu ta' produzzjoni: Tul is-sena kollha

Informazzjoni fuq il-metodu ta' preparazzjoni: L-ewwel proċess sabiex issir l-irkotta jinvolvi t-tisħin tal-ilma baħar f'banju Marija. La darba jisħon, jiġi miżjud il-ħalib tan-nagħaġ u jitħalla fuq in-nar sakemm jibda jisħon ukoll. Filwaqt li t-taħlita tal-ħalib u l-ilma baħar tkun fuq in-nar din tiġi mħawda tul dil-fażi kollha. Hekk kif tisħon titella' ftit mit-taħlita u jiġi miżjud u mħallat magħha ftit dqiq. Wara din it-taħlita terġa' titpoġġa lura fil-borma u titkompla titħawwad sakemm ma tifforma bħal rawgħa/krema fil-wiċċ tal-borma. Din għandha titħalla fuq in-nar sakemm ma taqgħad. Ladarba taqgħad din tintrefa' mill-borma u titpoġġa ġol-qwieleb ħalli toqgħod u fl-istess ħin l-ilma jiskula minnha naturalment. L-irkotta tibqa' tajba għall-konsum għal erbat ijiem.

<u>43. Braġjoli taċ-ċanga</u>

Inħawi: Għawdex

Perjodu ta’ produzzjoni: Tul is-sena kollha

Informazzjoni fuq il-metodu ta’ preparazzjoni: Sabiex isiru l-braġjoli, il-laħam taċ-ċanga jitqatta’ f’biċċiet żgħar irqaq. Dawn jiġu immartellati sakemm il-biċċa tal-laħam titwessa’ ftit. Wara, fuq il-laħam titpoġġa biċċa perżut, l-ikkapuljat mil-laħam taċ-ċanga u tal-majjal imħallat bit-tewm u t-tursin, u fin-nofs tinxteħet bajda iebsa. Il-laħam bil-mili fuqu jitrembel u jinżamm magħluq bi skewer. Dan jitgħadda minn ġod-dqiq u jinqela fiż-żejt. Fl-istess taġen tinxteħet il-polpa u l-piżelli u titħalla ttektek fuq in-nar għal madwar disgħin minuta. Dan jiġi servut flimkien mal-ħobż tal-Malti frisk.

Varjant: Flok tintuża ċ-ċanga jista’ jintuża l-laħam tal-majjal

44. Qarabagħli

Inħawi: Gzejjer Maltin

Perjodu ta' produzzjoni: Tul is-sena kollha

Deskrizzjoni tal-prodott: Hemm żewġ tipi komuni ta' qarabagħli kkultivati f'Malta - twil u tond. Il-qara' twil għandu kulur ċar jew skur u jista' jkun b'kulur imħallat. Il-qarabagħli tond ġeneralment ikun ta' kulur ċar. Dawn iż-żewġ tipi ta' qarabagħli jintużaw b'mod komuni għal skopijiet differenti tat-tisjir u l-qarabagħli tond normalment jintuża għall-mili. Ix-xitla tal-qarabagħli għandha fjuri maskili u femminili u dawk maskili jistgħu wkoll jinħasdu għall-konsum. Il-fjuri femminili jkabbru l-frotta tal-qarabagħli.

Deskrizzjoni tal-metodu ta' produzzjoni: Il-qarabagħli jiġi kkultivat taħt protezzjoni jew fl-għelieqi fil-miftuħ. Il-protezzjoni fil-forma ta' serer jew mini tal-plastik tintuża meta l-qarabagħli jitħawlu bejn Novembru u April. Fis-serer, ix-xitla tal-qarabagħli hija appoġġjata bi spag sospiż vertikalment biex jgħin għal tkabbir tajjeb. Jekk wara April, il-qarabagħli jitħawlu fl-għelieqi fil-miftuħ. Il-ħsad isir minn xahar sa xahrejn wara ċ-ċaqliq u jkompli għal xahar sa xahrejn u nofs. Dawn il-perjodi jiddependu l-aktar fuq l-istaġun matul liema jkun qed jikber il-qarabagħli.

45. Qassata

Sinonimi: Qassata tal-ġobon

Inħawi: Mġarr, Malta u Nadur, Għawdex

Perjodu ta' produzzjoni: Tul is-sena kollha

Informazzjoni fuq il-metodu ta' preparazzjoni: L-għaġina li tintuża għall-qassatat tal-ġobon issir minn taħlita ta' dqiq, marġerina, ilma u melħ. Għall-preparazzjoni tal-mili jitħaltu flimkien il-ġbejniet tan-nagħaġ friski jew l-irkotta, ġbejniet nexfin maħkukin jew ġobon, bajd u ftit bżar u melħ. Sabiex isiru l-qassatat, l-għaġina tinqata' f'biċċiet żgħar f'għamla ta' ċrieki, jitpoġġa l-mili fin-nofs u wara tingħalaq l-għaġina madwaru sabiex il-mili jinżamm ġewwa. Fin-nofs tal-għaġina titħalla toqba kemmxejn żgħira. Qabel jiddaħħlu fil-forn biex jinħmew dawn jiġu midluka b'bajda u fuqhom jitwaddab ftit ġunġlien. Dawn jinħmew f'temperatura medja sakemm jieħdu lewn dehbi fil-kannella.

Varjanti: Jista' jiġi miżjud il-ful, żbieb jew piżelli ma taħlita.

46. Xarba tal-bajtar tax-xewk

Inħawi: Siġġiewi

Perjodu ta' produzzjoni: Bejn Awwissu u Settembru

Informazzjoni fuq il-metodu ta' preparazzjoni: Ix-xarba tal-bajtar tax-xewk issir billi l-ewwel titneħħa l-qoxra tal-bajtar tax-xewk. Wara l-bajtar jinżamm sħieħ ġo vażett mimli rum fid-dlam għal sebat ijiem. Hekk kif jgħaddu dal-ġranet, il-bajtar tax-xewk flimkien mar-rum jiġi mħallat ma' ilma biz-zokkor u jerġa' jitħalla fid-dlam għal ftit jiem. Ladarba jgħaddu dal-ġranet, il-bajtar tax-xewk jiġi sseparat minn mat-taħlita tax-xorb fejn il-likwidu jifterra' ġo fliexken.

47. Majjal il-forn bil-patata

Inħawi: Siġġiewi

Perjodu ta' produzzjoni: Tul is-sena kollha speċjalment fi żmien il-Milied

Informazzjoni fuq il-metodu ta' preparazzjoni: Sabiex isir il-majjal il-forn l-ewwel jitqatta l-basal fi flieli u jitpoġġa f'qiegħ id-dixx. Wara jiġu miżjuda l-piżelli, karrotti, tursin, il-koxxa tal-majjal, tewm, riegnu, melħ u bżar. Fil-wiċċ tiġi miżjuda l-patata bi ftit ilma, żejt taż-żebbuġa u bużbież fuqha. Dan id-dixx jinħema fil-forn f'temperatura medja għal madwar ħamsa u sebgħin minuta sakemm il-laħam isir u l-patata tieħu lewn ħamrani.

Varjant: Tista' tiġi miżjuda bajda fil-wiċċ tad-dixx